

**I ШКОЛЬНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ
КОНФЕРЕНЦИЯ
«Российской науке-виват!»**

Богатырская каша



**АВТОР:
Бесхмельный
Дмитрий Игоревич
4 класс, МБОУ «ООШ № 280»**

Цель: доказать, что существует прямая взаимосвязь между оформлением каши, добавлением в неё фруктов, мёда и желанием употребить её в пищу

Предмет

исследования:

гречневая каша

Объект

исследования:

аппетит

человека



Актуальность

работы бесспорна, так как учёными давно доказана польза различных каш, а современные дети отказываются употреблять их в пищу.

Гипотеза: предположим, что необычно оформленная гречневая каша или каша с фруктовыми и медовыми добавками повышает аппетит у детей.

Задачи:

1. **Узнать** о происхождении гречневой каши и её пользе.
2. **Выяснить**, можно ли с помощью оригинального оформления продукта привлечь внимание к его употреблению.

Методы исследования:

1. Сбор информации из книг.
2. Анкетирование.
3. Нахождение информации в интернете.
4. Наблюдение.

Аргументы в пользу здорового питания.

* Чтобы вырасти здоровыми, надо с детства стараться правильно питаться, соблюдать режим дня, каждый день бывать на свежем воздухе.

* Установлено, что только за счёт правильно организованного питания в школьном возрасте можно добиться увеличения роста у ребёнка на **2-4 см в год.**

Гречка является необычайно полезным для человека продуктом. Еще в древние времена среди славян было известно о пользе гречневой каши. Там ее считали богатырской пищей. Попала на Русь гречневая каша из Греции, что и обусловило такое ее название.



Растение «гречиха обыкновенная» принадлежит к семейству гречишных и с давних пор является популярной в России зерновой культурой.

Это однолетнее или многолетнее травянистое растение, 10—80 см высотой. Гречиха – теплолюбивое и влаголюбивое растение.



Польза гречневой каши.

- содержатся витамины РР, Е, а также группы В
- можно очистить организм от токсичных веществ и шлаков
- витамин В9, который в большом количестве содержится в гречке, обеспечит укрепление иммунной системы человека, помогает снизить усталость и устранить депрессию

№ п/п	Вопрос	Ответы родителей	Кол-во, %
1.	Часто ли Вы готовите гречневую кашу?	Нет	16 (84%)
2.	Любит ли Ваша семья её есть?	Нет	16 (84%)
3.	С какими добавками Вы готовите эту кашу?	С мясом Грибами Сосисками Печенкой	10 (53%) 4 (21%) 16 (84%) 5 (26%)
4.	Как чаще всего Ваша каша оформлена?	Просто лежит на тарелке	19 (100%)
5.	Нравится ли Вам это оформление?	Нет	19 (100%)
6.	Часто ли Вы оформляете кашу разнообразно?	Нет	19 (100%)

№ п/п	Вопрос	Ответы детей	Кол-во, %
1.	Часто ли ты ешь гречневую кашу?	Нет	19 (100%)
2.	Любишь ли ты её есть?	Нет	16 (84%)
3.	С какими добавками ты ешь эту кашу?	С мясом Сосисками Печенкой	10 (53%) 16 (84%) 5 (26%)
4.	Как чаще всего твоя каша оформлена?	Просто лежит на тарелке	19 (100%)
5.	Нравится ли тебе это оформление?	Нет	19 (100%)
6.	Умеешь ли ты сам оформлять кашу?	Нет	19 (100%)

Чтобы хотелось есть богатырскую кашу, нужно:

1. Узнать о пользе этой каши, ведь ты умеешь читать.
2. Стать кулинаром. Посмотреть на приготовление каши творчески.
3. А пока воспользуйся моими советами!

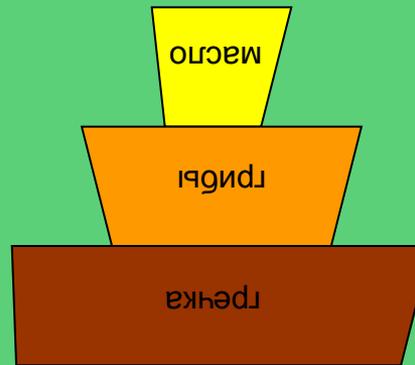
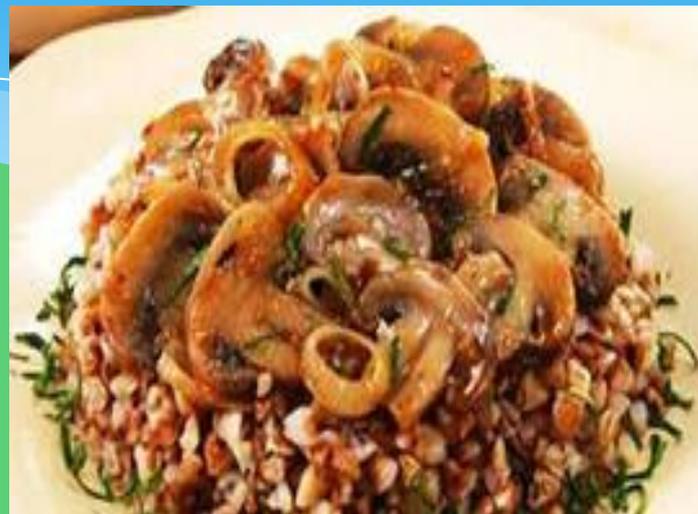
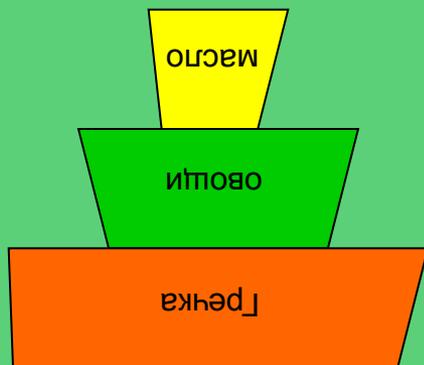


Мои советы

- * 1. Попробуй сделать кашу вкусной (каша + яблоко, каша + орешки, каша + киви + мёд)
- * 2. Попробуй сделать кашу красивой. Красота не только глаз радует, но и аппетит повышает.
- * 3. Помни! Здоровье - самое главное в нашей жизни. Когда человек здоров, он может заниматься любимыми делами.



Полезная и красивая каша



Ешьте каши и будьте здоровы!!!



* Если ребёнок с детства будет знать, как надо правильно питаться – он и, будучи взрослым человеком, будет придерживаться здорового питания. А это значит – он будет полноценным гражданином своей страны.



Спасибо за внимание!